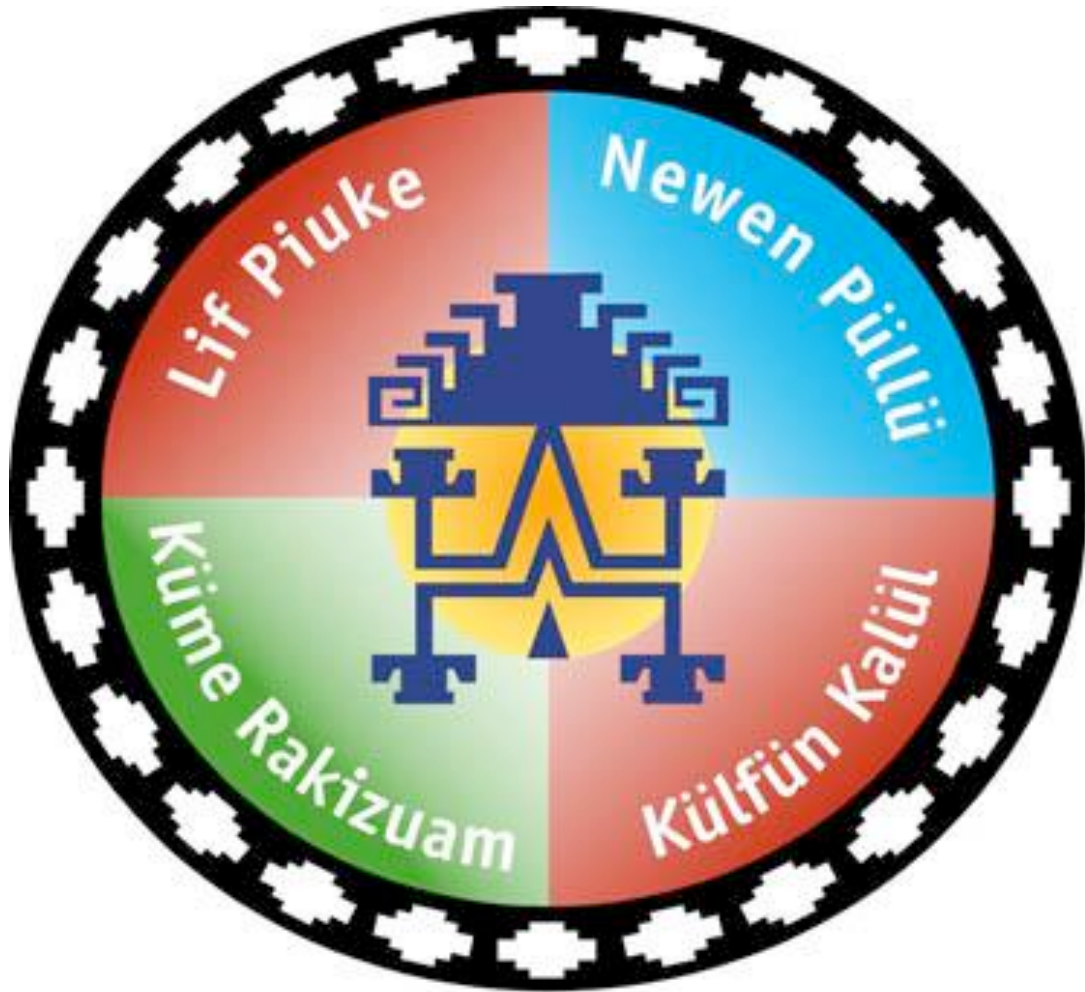


MARI MARI



Rüf Che

♣ ECOFERIA - TALLERES -
CHARLAS ENTRETENIDAS
COMIDA PREPARADA CON AMOR ♥ ,
♪ MÚSICA ♪ ¡Y MUCHO MÁS!

Descubriendo juntos el legado de nuestros ancestros



Rüf Che

Espacio RUF CHE nace aproximadamente más de 3 años, de las cabezas de dos mapuche nacidos y criados en la ciudad, en la warria, pero con familia y ancestros mapuche presentes en nuestro mollfün (nuestra sangre). **Con nuestro espíritus en constante búsqueda de reconectarnos con la sabiduría ancestral mapuche, encontramos este conocimiento acerca de la necesidad de hacer un camino de vida para llegar a ser considerados “gente” o verdaderas personas” o “RÜF CHE”, como lo hacían antiguamente nuestros ancestros y como lo proponen diversas culturas originarias y orientales.**

Los caminos están a la vista... sólo hay que tener la fortaleza y la voluntad para seguirlo...

NEWEN PÜLLU (Fuerza o Espiritu), **LIF PIUKE** (Pureza de corazón ♥), **KÜME RAKIZUAM** (Buen Conocimiento) y **KÜLFÜN KALUL** (Fortaleza de Cuerpo) son los aspectos a trabajar durante nuestras vidas según la cultura y cosmovisión mapuche.

Meli.. meli... cuatro... cuatro... son los ciclos de la naturaleza.. y para nosotros cuatro son las áreas de desarrollo hoy presentes en **TALLERES, ECOFERIA, AYEKAN** (Encuentro con música para conversar y compartir), y **CAFÉ LITERARIO**.

RECONOCIENDO EL MUNDO MAPUCHE

CHALIWÜN

El saludo

El mundo mapuche está compuesto por muchos protocolos, estructura y espiritualidad.



Algunas personas se interesan mucho por las artesanías mapuche, por su lengua y su forma de vestir, les parece curioso. Sin embargo pocos se preguntan las razones del porqué dice, hace y se viste de esa manera particular. Todo esto tiene su origen en la **Cosmovisión**, es decir cómo nos integramos y movemos en la vida

desde el reconocimiento de lo que soy y somos en conjunto.

Al compartir en comunidades, los mapuche al saludar están mostrando quiénes son a quien estrecha su mano. Este momento recibe el nombre **PENTUKUN**.

El pentukun es un saludo completo donde la intención es conocer al otro, de dónde viene, cuál es su familia, cuántos hijos tiene, a qué se dedica, cuánta familia tiene, como está la salud de cada uno de su familia, si ocurrió algún hecho que sea importante para la familia, si hay enfermedad en algún miembro, nacimientos, muerte, etc. Con esta información de la persona, el mapuche puede hablar con más confianza con el otro.

En lo cotidiano, hay un saludo más corto que se llama **CHALIWÜN o CHALIN (SALUDAR Básico)**

Mari Mari (peñi / lamngen): Buenos días hermano(a)

→ **Mari Mari Rűfche : Saludo a la Verdadera Persona**

Pun May (peñi / lamngen): Buenas noches hermano(a)

Fűcha kuifi: tanto tiempo (sin vernos) MAPUCHE

(saludo simple que se hace cuando una persona conoce otra)

Pewkayall: hasta pronto (nos veremos en un período de tiempo)

Pewayu: Nos veremos (pronto)



Rüf Che

EVENTOS DE AGOSTO

❖ YAFUTUN

Almuerzo de Autogestión en Rüf Che
DOMINGO 30 de AGOSTO, de 13 a 16 hrs.



Cazuela de ave + sopaipilla y pebre + jugo natural +
¡Música en ViVo!

Artistas invitados

- Cristian Orozco (Trovador, Cantautor)
- Benjamín Castro Llanquileo (Guitarra Clásica)
- Kurakeo (Cantautor)

***Los Amigos de Rüfche, que han hecho su abono mensualmente,
tienen entrada liberada ***

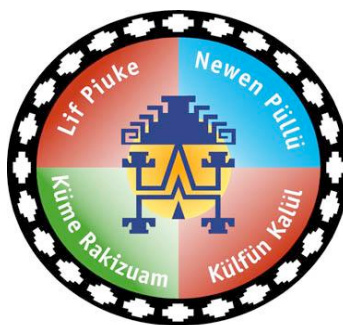
EVENTOS DE SEPTIEMBRE

❖ **“UN ACTOR CESANTE” (Comedia teatral)**
SÁBADO 12 de SEPTIEMBRE, 21 hrs.
Miguel Ángel Pérez. Teatro Unipersonal.



❖ RAMADA MAPUCHE

19 SEPTIEMBRE
12 a 21 hrs. Comida mapuche y música en ViVo



Rûf Che

TALLERES

Los talleres de Espacio Rûfche están alineados con la promoción de formas de vida que nos lleven a reconocer paso a paso el Ser RûfChe (Verdadera Persona) desde la cosmovisión Mapuche.



COCINA Y AYURVEDA

Katia Peralta Malig
MIÉRCOLES 2 Y 23 DE SEPTIEMBRE de 10
A 13 HRS

Les invitamos a compartir esta interesante forma de **sanar** nuestro kalul o cuerpo a través de una alimentación acorde con nuestro biotipo.

Aquí conversaremos, recibiremos kimûn, cocinaremos, comeremos, cantaremos. Katia Peralta Malig, es maestra de yoga y ayurveda, y nos aporta su rakizuam (conocimiento), para hacer cambios profundos en nuestras vidas.

*Retribución de \$15.000 por ambas clases



DANZA AFROLATINA

MarKo
TODOS LOS MIERCOLES DE 20 A 22 HRS.

Un taller orientado a trabajar nuestro kalul o cuerpo físico, mantenerlo en forma en base a ritmos Afro latinos que nos llevan a fortalecer nuestra conexión con la Ñuke mapu.

*Retribución de \$15.000 mensuales.

TALLERES RÜFCHE

HIERBAS MEDICINALES

Productos Naturales Walüng
SÁBADO 12 Y 26 DE SEPTIEMBRE
de 11 A 13 HRS.

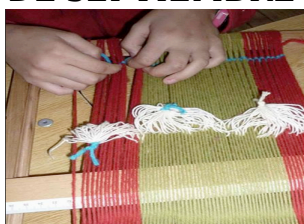


Aquí enseñamos el uso de las plantas medicinales en lo cotidiano, en la cocina, dolencias generales y comunes. Este será presentado en módulos temáticos: Mujer, Embarazo, Menopausia, Cosmovisión mapuche de las hierbas y otros.

*Retribución de \$15.000 por ambas clases

TELAR MAPUCHE

Angélica Kuriwinka Kalfukeo
SÁBADO 5 Y 26 DE SEPTIEMBRE de 16 A 18 HRS



- Tejiendo hilos ancestrales -

Es un viaje al reconocimiento de nuestro ser femenino y las técnicas iniciales del telar. Estas requieren conocer una técnica ancestral, que en su proceso involucra paciencia y sabiduría. Newen püllü (Fortaleza Espiritual).

*Retribución de \$15.000 por ambas clases

¡PARA TODOS LOS TALLERES HAY CUPOS LIMITADOS!

Inscripción por **Facebook** o a espaciorufche@gmail.com

COMERCIO LOCAL



Esta sección de la revista tiene por objeto dar a conocer oficios de personas que como usted, posee habilidades que podemos compartir con vecinos y personas que desean contribuir a fomentar lazos barriales.

Si usted desea ofrecer un servicio o conoce algún emprendedor que tenga productos, contáctenos y poco a poco iremos publicando datos para cultivar el valor personal de quien está desarrollando su vocación, y el valor comunitario, al ver cómo contribuimos con nuestro quehacer a nuestro entorno.

Hoy les presentamos a

IVÁN PATRICIO

Nuestro amigo y vecino es zapatero y lleva 33 años ejerciendo su oficio.

Aunque la cultura de lo desechable abunda en el comercio, él cultiva la reutilización de nuestros calzados para darles mayor período de vida. Comenzó su travesía en este arte el 25 de diciembre de 1981 y con agrado continúa haciendo ajustes y compartiendo con vecinos del sector.

Iván Patricio ha visto en su estadía por el barrio cómo poco a poco todo a su alrededor cambió de forma, y con amena charla recuerda vivaz la convivencia de tiempo atrás.

Los invitamos a promover su oficio. Su servicio está disponible en Santa Julia 1007 (Esquina Panamá), de 10 a 13.30 hrs y de 17.30 a 19.30 hrs.

Alimentación, nutrición y... ¡Ecoferia Rüfche!



Hola amigos, floridanos todos y vecinos de Espacio RüFche

Cuando hablamos con otras personas de comida, a muchos de nosotros viene una imagen asociada con desayuno, almuerzo, merienda o cena. Si hablamos de alimentación, es probable que venga el acto de comer, de llevarnos un alimento a la boca. En esta primera ocasión en que presentamos nuestra revista, la pregunta es **¿Para qué comemos y cómo nos alimentamos?**

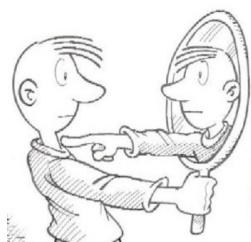
Hoy es día de preguntas, para que juntos en el transitar de la revista encontremos puntos de vista que promuevan una comprensión mayor de la importancia de alimentarnos en todo sentido. Nuestras células son unidad y una red interconectada biológica, por lo tanto lo que comemos es procesado por nuestro estómago considerando el estado emocional y mental del momento.

Una razón concreta para alimentarnos es sentir que algo nos falta para funcionar bien. Hay quienes sienten el vacío y en otros truena su cuerpo para hacerse presente y recibir su merienda. Ahora bien, **¿Qué tipo de hambre es la que tenemos cada uno, en diversos aspectos de nuestra vida?**

Comida, un alimento físico. Frutas, verduras, masas, el pan compañero de innumerables jornadas, fideos y arroz salvadores aptos para toda ocasión, entre muchos otros, son una dieta promedio que sacia el hambre física.

Continúa en la siguiente página →

En ocasiones comemos sólo por comer, con ansiedad **¿Ansiedad de qué?**



Nos alimentamos también de creencias. Como un manto que cubre nuestra percepción de realidad, cada vez que enunciamos empoderados lo que para nosotros ES, entonces regamos esta realidad para nosotros. Esto lo saben y definen muy claro los Medios de Comunicación e industria de la Televisión en el mundo **¿Qué creencias cultivas en tu vida?**



Nos alimentamos de emociones, pues cuando ocurre un evento que nos alegra profundamente, florece la motivación interna, liberamos adrenalina y cortisol, tenemos energías para movernos mejor **¿Reconoces y disfrutas tus emociones?**

Si generamos vínculos con personas y somos capaces de reconocer su aporte en nuestra vida, también podemos situar a la naturaleza en esta relación, pues somos parte de ella, dondequiera que miremos. Así, en alimentos orgánicos(frutas, verduras, frutos secos, y que tengan un período de vida biológica), el acto de alimentarnos toma una connotación ViVa, un acto de conexión con la ViDa ♥ .

→ En **Espacio Rñfche** entregamos herramientas a productores artesanales que llevan adelante su iniciativa con cariño en nuestra ♣ **ECOFERIA** ♣.

¿¿CUÁNDO?!

A partir del día 5 de Septiembre y un sábado al mes, usted encontrará en Santa Julia 955 fruta, verduras y productos artesanales que NUTREN su estómago, mente y espíritu.

¡Sean BienVenidos!

5 DE SEPTIEMBRE DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER INDÍGENA

Cada 5 de septiembre se conmemora el Día Internacional de la Mujer Indígena en homenaje a Bartolina Sisa, mujer Aymara que entregó su vida en defensa de su pueblo contra las fuerzas españolas durante la rebelión anticolonial.



Esta fecha fue instituida oficialmente en 1983, en el marco del Segundo Encuentro de Organizaciones y Movimientos de América en Tiwanaku, Bolivia.

En el pueblo mapuche

En nuestro pueblo mapuche hemos tenido también grandes mujeres y valerosas luchadoras como Tegualda, Guacolda, Fresia, Janekeo y tantas más que han sido invisibilizadas por la historia, líderes del antes y del ahora que continúan entregando su sabia en el renacer de la esperanza nueva.

Yo como mujer indígena mapuche

Para la cultura mapuche antigua la mujer es el origen de la vida y quien la sostiene

Lamentablemente la sociedad actual y las mismas mujeres no conocemos nuestro poder. Sabemos que hay algo dentro de nosotras pero no sabemos cómo exteriorizarlo. La discriminación es algo que nos ha calado muy hondo, sin embargo y a pesar de todo, con dignidad y amor hemos logrado sacar adelante a nuestros hijos, hijos muchas veces discriminados por esta sociedad que no entiende que el ser mapuche es sensible y lleno de sabiduría.

Mujeres endurecidas la mayoría, sobre todo las más antiguas, lindas mujeres sabias con un pasado de honor y abundancia. Les ha tocado llegar a esta ciudad a sufrir la marginalidad de esta raza odiosa e individualista que no ve la profundidad de su mirada y la hermosura de sus rasgos.

MANIFIESTO RÜF CHE



Rüf Che

Nuestro Espacio es un lugar de difusión de la cultura mapuche en particular y de pueblos ancestrales en general y tiende a desarrollar la integridad del ser humano bajo el concepto de Rüf Che o la Verdadera Persona, según la cosmovisión mapuche.

Nuestra intención sincera al mantener el Espacio es trabajar por el despertar de la consciencia personal y para el mundo externo. Parte de ella consiste en reconocer o rechazar todo aquello que no permita o nos aleje del camino hacia la Verdadera Persona.

Conforme a lo expresado antes, en nuestras actividades propendemos a fortalecer una visión indígena de actuar, como una alternativa de vida.

**PEWAYU
¡NOS VEMOS!**



Rüf Che

UBICACIÓN

Santa Julia 955, esquina García Hurtado de Mendoza, paradero
17 de Vicuña Mackenna, metro Rojas Magallanes hacia la
Cordillera
(hacia Avda. La Florida).

CONTACTO:



espaciorufche@gmail.com



RUF CHE